

◎サポーターほっとニュース

「サポーターほっとニュース」では、障がいに関する制度や研修会開催、ボランティア募集など、日ごろの活動に役立てていただくための様々な情報をご紹介します。

第 33 回は、熊本市障がい者サポーターワークショップのお知らせです。

【第 33 回】障がい者スポーツを体験しよう！障がい者サポーターワークショップ

東京オリンピック・パラリンピック開催まで 1,000 日を切り、いよいよ機運も高まってきましたね。12 月のサポーター研修会では中尾さんから「東京パラリンピック出場を目指す」というワードも飛び出し、応援側の私たちもワクワクしてきました！でも、障がい者スポーツってどんなものがあるの？どんなルール？と思う方も多いですよ。

そこで、今回のワークショップのテーマは、「障がい者スポーツ・ポッチャを体験しよう！」としました。

当日はレクチャーを受けた後、実際に競技に使う道具を使って体験します。難しいルールもなく、小さなお子さんからご高齢の方まで広く参加できますよ。全国で愛好家が急増中！スポーツ大好き！という方から、体力には自信がないけどお正月で体がなまり気味という方まで、ご家族やお友達を誘ってぜひご参加ください！

■日時：平成29年1月21日（日）（開場）13時30分（開会）14時（2時間程度）

■場所：ウェルパルクまもと1階大会議室

■対象：どなたでも ■定員：100名 ※先着順

■講師：一般社団法人 Arts and Sports for Everyone

■申込み方法：1月5日（金）より、以下の①～③の内容を

電話またはファクスにて障がい保健福祉課までご連絡ください。

①氏名、②電話番号（ファクスの方はファクス番号も）、

③必要な配慮（車いす利用、聴覚障がいなど）

電話：096-328-2519 ファクス：096-325-2358



<ポッチャとは？>

ポッチャは、ヨーロッパで生まれた重度脳性麻痺者もしくは同程度の四肢重度機能障がい者のために考案されたスポーツで、パラリンピックの正式種目です。ジャックボール（目標球）と呼ばれる白いボールに、赤・青のそれぞれ6球ずつのボールを投げたり、転がしたり、他のボールに当てたりして、いかに近づけるかを競います。障がいによりボールを投げることができなくても、勾配具（ランプ）を使い、自分の意思を介助者に伝えることができれば参加できます。

中尾有沙さん講演 「夢への挑戦」

～夢がひとつ去り 新しい夢に出会えた～

平成29年12月9日（土）に障がい者サポーター研修会を開催しました。第1部は「夢への挑戦」と題して、車いすアスリートの中尾有沙さんに講演をいただきました。

中尾さんは熊本県南阿蘇村出身。ご両親の影響もあって小学生の頃から陸上競技を始め、「日本一になりたい」という夢に向かってぐんぐん成績を伸ばしていきます。主に走り幅跳びと三段跳びに取り組み、三段跳びでは日本陸上競技選手権大会で優勝するなど、輝かしい成績を修めました。オリンピック出場という大きな目標に向け、ますます練習に励む平成28年1月、バーベルを使ったトレーニング中にバランスを崩し、脊髄を損傷してしまいます。

入院中、お見舞いに来てくれた人は「きっとまた歩けるようになる」と励ましてくれましたが、痛みどころか足がついている感覚もない自分の下半身に、「自分の足はもう動くことはなく、一生車いすと付き合っていくんだ」という覚悟ができたといいます。

リハビリを始め半年たった頃、沖縄で車いす陸上をする女性とのインターネットでの出会いをきっかけに中尾さんも障がい者スポーツに興味を持ち、車いすマラソンの第一人者である山本浩之氏の導きによって、本格的に車いす陸上のスタートを切ります。初めはまっすぐ進むことも難しかったそうですが、現在、様々な大会で結果を残しはじめています。

車いすになって初めて気づくことも多くあります。道路の少しの凸凹で車いすが揺れて上手く進めなかったり、障がい者専用駐車場が空いていないと車から降りられなかったり。そんな時、周囲の方のちょっとしたお手伝いがとても助かります。「手伝ってください」と言う事はとても勇気が必要ですが、「心のバリアフリー」が広がることで、障がいがあってもなくても住みやすい世界になってほしいと願っています。

大切にしていることは、笑顔で前を向く努力をすること。前を向くことで新しい夢を発見でき、一つ一つできることが増えることで自分の成長を実感できるそうです。今の夢は2020年の東京パラリンピックへの出場。輝くような笑顔で、常に前を向き続ける中尾さんに、たくさんの元気をいただきました。

